



차례

- 추천사 _ 3
- 머리말 _ 7



제1부 상담기술

제1장 비언어적 상담기술

1. 주의집중과 경청하기 _ 23
 - 1) 주의집중과 경청 핵심체크 _ 23
2. 내담자와 상담사의 상담환경 _ 28
 - 1) 내담자와 상담사의 편안함 핵심체크 _ 28
 - 2) 3인조 실습 _ 30
3. 내담자의 비언어적 메시지 _ 31
 - 1) 내담자의 행동관찰 후 메시지 파악 핵심질문 _ 31
 - 2) 3인조 실습 _ 32
4. 상담과정별 개입법 _ 34
 - 1) 비언어적 메시지 상담과정별 핵심체크 _ 34
 - 2) 상담과정별 연습 _ 35
 - 3) 3인조 실습 _ 37

제2장 기본적인 상담기술

1. 재진술과 앵무새 반응 _ 41
 - 1) 재진술 _ 41
2. 질문하기 _ 49
 - 1) 질문하기 핵심체크 _ 49
 - 2) 질문 구별 연습 _ 50
 - 3) 3인조 실습 _ 53
3. 명료화하기 _ 55
 - 1) 명료화하기 핵심체크 _ 55
 - 2) 명료화하기 연습 _ 56
 - 3) 3인조 실습 _ 59
4. 중단시키기 _ 61
 - 1) 중단시키기 핵심체크 _ 61
 - 2) 중단시키기 연습 _ 63
 - 3) 3인조 실습 _ 65



제3장 고급 상담기술

1. 공감하기 _ 67
 - 1) 정서 파악하기 _ 67
 - 2) 내담자의 심리 위치별 공감하기 _ 70
 - 3) 3인조 실습 _ 72
2. 반영하기 _ 75
 - 1) 반영과 공감 사용 핵심체크 _ 75
 - 2) 반영하기 핵심체크 _ 75
 - 3) 반영하기 연습 _ 77
 - 4) 3인조 실습 _ 79
3. 직면하기 _ 81
 - 1) 직면하기 핵심체크 _ 81
 - 2) 직면하기 연습 _ 82
 - 3) 3인조 실습 _ 83
4. 해석하기 _ 85
 - 1) 해석하기 핵심체크 _ 85
 - 2) 해석하기 연습 _ 86
 - 3) 3인조 실습 _ 87
5. 즉시성 _ 89
 - 1) 즉시성과 자기개방 사용 핵심체크 _ 89
 - 2) 즉시성 사용 핵심체크 _ 89
 - 3) 즉시성 연습 _ 90
 - 4) 3인조 실습 _ 91
6. 자기개방 _ 93
 - 1) 자기개방 사용 핵심체크 _ 93
 - 2) 자기개방 연습 _ 93
 - 3) 3인조 실습 _ 94
7. 상담사의 다양한 반응 인식하기 _ 96
 - 1) 상담사 반응 실습 _ 96

제4장 정서, 인지, 행동적 개입기술

1. 정서적 개입기술 _ 99
 - 1) 자기 수용 및 챙김 _ 100
 - 2) 안전기지 기법 _ 102
 - 3) 미래 목표 달성을 위한 심상기법 _ 105
 - 4) 시각 심상기법 _ 108
 - 5) 청각 심상기법 _ 110
 - 6) 안전거리 기법 _ 113
 - 7) 빈의자 기법 _ 115
2. 행동적 개입기술 _ 119
 - 1) 시연 _ 119
 - 2) 모델링 _ 134
 - 3) 이완 _ 137
 - 4) 체계적 둔감법 _ 141
3. 인지적 개입기술 _ 156
 - 1) 자동적 사고 찾기 _ 156
 - 2) 자동적 사고 수정하기(A-B-C-D-E) _ 164
 - 3) 인지적 재구조화 _ 169
4. 체계적 개입기술 _ 173
 - 1) 가계도 그린 후 작업 _ 173
 - 2) 가족화 활용 _ 177
 - 3) 원가족 관계탐색 _ 179





제2부 상담진행과정

제5장 접수면접

1. 접수면접 _ 185
 - 1) 공통 접수면접 과정 핵심체크 _ 185
 - 2) 화상상담 핵심체크 _ 189
2. 상담구조화 _ 193
 - 1) 상담구조화 핵심체크 _ 193
 - 2) 3인조 실습 _ 194
3. 접수면접 진행하기 _ 196
 - 1) 접수면접 진행하기 핵심체크 _ 196
 - 2) 3인조 실습 _ 198

제6장 상담초기

1. 호소문제 _ 201
 - 1) 호소문제 핵심체크 _ 201
 - 2) 호소문제 기초선 탐색 연습 _ 203
 - 3) 3인조 실습 _ 206
2. 위기평가 및 심리검사 _ 208
 - 1) 위기평가 _ 208
 - 2) 심리검사 가설설정 핵심체크 _ 212
3. 강점과 자원 찾기 _ 216
 - 1) 강점과 자원 찾기 핵심체크 _ 216
 - 2) 강점과 자원 찾기 핵심질문 _ 217
 - 3) 3인조 실습 _ 217
4. 호소문제 원인 핵심체크 _ 218
 - 1) 촉발요인 핵심체크 _ 219
 - 2) 유발요인 핵심체크 _ 219
 - 3) 유지요인 핵심체크 _ 220
 - 4) 3인조 실습 _ 224
5. 내담자 욕구 _ 225
 - 1) 내담자 욕구 핵심체크 _ 225
 - 2) 욕구 변별 연습 _ 226
 - 3) 3인조 실습 _ 227
6. 합의된 목표 설정하기 _ 228
 - 1) 합의된 상담목표 설정하기 핵심체크 _ 228
 - 2) 합의된 상담목표 연습 _ 229
 - 3) 3인조 실습 _ 230
7. 임상목표와 회기목표 _ 231
 - 1) 임상목표 핵심체크 _ 231
 - 2) 3인조 실습 _ 234
 - 3) 상담전략 핵심체크 _ 235
 - 4) 3인조 실습 _ 237



제7장 상담중기

1. 상담중기 _ 239
 - 1) 내담자 변화 발달단계 핵심체크 _ 239
 - 2) 내담자 변화 발달단계별 반응하기 연습 _ 240
 - 3) 침묵다루기 _ 244
 - 4) 상담성과 핵심체크 연습 _ 246
 - 5) 3인조 실습 _ 247

제8장 상담종결

1. 종결 핵심체크 _ 251
 - 1) 종결을 알리는 단서 _ 251
 - 2) 상담종결 과정 핵심체크 _ 252
 - 3) 상담효과 평가 핵심체크 _ 252
2. 추수상담에서 다룰 핵심체크 _ 254
3. 3인조 실습 _ 254
 - 1) 실습방법 _ 254
 - 2) 실습 후 피드백 _ 255
 - 3) 성찰하기 _ 256





제3부 상담사의 발달단계 및 역량

제9장 상담사의 자기인식과 성장

1. 상담사의 자기 점검 _ 261
 - 1) 상담사 발달단계 체크 _ 261
 - 2) 3인조 실습 _ 264
2. 상담사의 목표 지점 _ 265
 - 1) 상담사의 장기목표 체크 _ 265
 - 2) 상담사 자질 _ 266

- 참고문헌 _ 279
- 예시 답안 _ 283
- 부록 _ 329

